







10がつのこんだて



月	火	水	木	金
 <p>た 食べるの すすめ! さんかく</p>				
			1日   みかんジャム たこやき  コッペパン  ようふうおでん 	2日    のりのつくだに  いかのてりに  ごはん  あきのみそしる 
5日    しゃぶしゃぶふう ごまドレッシング  サラダ  ツナコーンライス  たまごスープ 	6日    ゆずゼリー じゃこのいりに  すましじる  ごはん  すきやきに 	7日    ぶりかけ ひじきのいために  ごはん  きりたんぽふう 	8日    フルーツ かんてん  ベビーパン  スパゲティミートソース 	9日    サーモンフライ なめし  あんかけ豆腐 
たいいくのひ 	13日    ごぼうサラダ  こくとうえびとやさいの パン 	14日    みかん じゃがきんぴら  ごはん  はっぼうさい 	15日    ソフトチーズ まぐろのケチャップあえ  うずまきパン  かぼちゃのポタージュ 	16日    アーモンド ごはんにかける  ごはん  のっぺいじる 
19日    ミニフィッシュ みそしる  くりごはん  ふきよせに 	20日    おこのみソース  おこのみあげ  フィンガーパン  コーンラーメン 	21日    のり ごもくまめ  ごはん  よせなべふう 	22日    トマトケチャップ キャベツソテー  パーカーパン  おいものポタージュ 	23日    だいこんのスープ ごはん  あつあげのごもくいために 
26日    のりのつくだに おひたし  ごこくごはん  かんとうに 	27日    バターコーン ヨーグルト  ナン  カレーシチュー 	28日    ぶりかけ さばのみそに  ごはん  よしのじる 	29日    マーガリン アップルポテト  コッペパン  いためピーフン 	30日    いかナゲット やきめし  トック 